



L'immortelle d'Italie, ou *Helichrysum italicum* est une plante vivace, un sous-arbrisseau aromatique de 20 à 50cm de hauteur. Les fleurs sont des bractées de couleur jaune d'or, sont groupées en capitules dans un diamètre maximum de 3mm le tout serré en corymbe de 1.5 à 8cm de large. Il existe un fort degré de polymorphisme chez les espèces du genre *Helichrysum*.  
On peut distinguer les différentes espèces en fonction de leurs feuilles, tiges, capitules, habitat, période de floraison ou encore l'involucre par exemple.

### Comment la reconnaître?

Les feuilles sont vertes pâles des deux faces, allongées, alternes, et linéaires très étroites, roulées en dessous par les bords. Elles font 1,5 à 3 cm de long, ont un léger arôme de curry, et peuvent paraître légèrement brillantes, argentées. Les fleurs sont des bractées : pièce florale qui se trouve à la base de l'inflorescence (fleur) et qui entoure la base du pédoncule. Elles sont de couleur jaune d'or, groupées en capitules (type d'inflorescence caractéristique des Astéracées) dans un diamètre maximum de 3mm le tout serré en corymbe de 1.5 à 8cm de large. Les bractées internes sont bien plus longues que les externes, et sont linéaires et non élargies au sommet. Les fruits sont de très petits akènes, ils sont couverts de petites glandes blanches et brillantes. Cette plante est hermaphrodite, et peut être Entomogame ou Autogame. La période de floraison se situe de Mai à Août.

### Où la trouver ?



Figure 1 : Évolution de la répartition française de l'Immortelle d'Italie.

L'*Helichrysum italicum* est une plante hermaphrodite. Elle est hyperhéliophile, thermophile et xérophile. Elle affectionne un substrat au pH neutre, de texture sable grossier, faible en matière organique, peu humide. Elle tolère un sol avec une salinité moyenne.  
Cette sous espèce italicum, est propre aux falaises et pierriers des littoraux et des maquis.

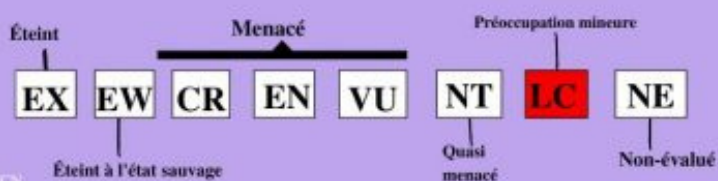


Figure 2 : Schéma de l'anatomie de l'aigle de Bonelli

### L'huile boxeuse...

De par ses différentes propriétés, l'immortelle d'Italie peut être utilisée pour différentes raisons. En effet, on peut utiliser ses fleurs à des fins médicinales, elles possèdent des propriétés anti-inflammatoires, antibactériennes, antifongiques, et antioxydantes. En tisane, cela permettrait de lutter contre les brûlures d'estomac. En crème ou en huile essentielle, elles permettraient d'atténuer les hématomes ou les brûlures on surnomme son huile « l'huile du boxeur ». On peut également s'en servir pour favoriser la disparition de la couperose et de varices, atténuer des affections cutanées comme l'acné ou l'eczéma, dans le traitement de rhumatismes ou de l'arthrite. Cette plante est aussi utilisée à des fins alimentaires ou en parfumerie en raison de ses arômes proches du curry. Elle sert aussi de plante ornementale. L'immortelle d'Italie est parmi les cinq plantes les plus utilisées par la mésange bleue afin de protéger son nid des parasites.

### Conservez nos espèces !



L'immortelle d'Italie apparaît sur la liste régionale des espèces protégées en France. Elle est protégée en région PACA. Depuis 2018, elle fait également partie de la liste rouge des espèces menacées en France de l'UICN, catégorie LC-préoccupation mineure de la flore vasculaire de France métropolitaine. L'immortelle d'Italie est menacée par l'impact de l'Homme en raison de l'urbanisation des différents espaces naturels mais aussi en raison de l'utilisation que l'on peut faire de cette plante. En effet, elle a été très convoitée et utilisée les derniers siècles, puis oubliée et délaissée le siècle dernier, vu comme une espèce invasive utilisée pour faire du feu. Mais aujourd'hui, elle est à nouveau sous les feux des projecteurs d'où son statut de protection et la réglementation de sa cueillette.

### Bibliographie

[http://observatoireirerapuces.lpo.fr/index.php?m\\_id=20045](http://observatoireirerapuces.lpo.fr/index.php?m_id=20045)  
<http://www.aigledebonelli.fr/?q=node/66>

<https://www.oiseaux.net/oiseaux/aigle.de.bonelli.html>  
[http://www.aigledebonelli.fr/sites/default/files/documents/PNA\\_Aigle\\_BD.pdf](http://www.aigledebonelli.fr/sites/default/files/documents/PNA_Aigle_BD.pdf)  
Provence Méditerranée : Reconnaître toutes les espèces Edition Artémis Losange, Jean Marie Polese, Maurice Dupérat